

معوقات ممارسة الترويح الرياضي في أوقات الفراغ لدى الشباب الجامعي

د. صفوت علي جمعة علي جامعة الإسكندرية

د. بن زيدان حسين جامعة مستغانم

د. مقراني جمال جامعة مستغانم

ملخص:

يهدف البحث إلى معرفة نسبة الشباب الجامعي الذين لديهم وقت الفراغ وما الأنشطة الرياضية التي يرغبون ممارستها، زيادة إلى تحديد بعض المعوقات التي تعيق من ممارسة الشباب الجامعي للترويح الرياضي في أوقات الفراغ، حيث استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة قوامها 840 طالبا من طلبة الاقامات الجامعية لولاية مستغانم (الجزائر) للسنة الدراسية 2012/2013 وكان اختيارهم بالطريقة العشوائية، أما إعداد الاستبيان كان بالاعتماد على العديد من الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع البحث، ومن النتائج المتحصل عليها: - لدى الشباب الجامعي المقيم بالاقامات الجامعية وقت فراغ كاف لممارسة الترويح الرياضي والرغبة في ممارسة الترويح الرياضي في أوقات الفراغ - هناك معوقات تحول دون ممارسة الشباب الجامعي للترويح الرياضي في أوقات الفراغ منها المتعلقة بالجانب الإداري وقلة الإمكانيات المادية والبشرية على مستوى الاقامات الجامعية، وكذلك المتعلقة بالجانب الشخصي للطلاب والمتمثلة في الجانب الأكاديمي، النفسي، الاجتماعي والمادي.

الكلمات المفتاحية : المعوقات ، الترويح الرياضي، وقت الفراغ ، الشباب الجامعي.

Abstract

The research aims to find out the percentage of students who have leisure time and which sports activities they wish to practice, in addition, to identify some of the obstacles that hinder the practice of a university student of sport recreation during leisure time, where the researchers used the descriptive method with a screening pattern on a sample of 840 students from university lodging of the province of Mostaganem (Algeria) for the academic year 2012/2013 and was selected randomly. The preparation of the questionnaire was based on several previous studies and research related to the subject, and the results obtained: with a university student resident at a university lodging having enough free time to practice sport recreation. - with a university student resident at a university lodging willing to practice sport recreation during leisure time. - There are obstacles for a university student to practice sports for recreation during leisure time. from them those related to administrative aspect and the lack of human and material resources at the university lodging as well as by the personal aspect of the student related to the academic , psychological, social and physical aspects.

Keywords: obstacles, sport recreation, leisure time, university student.

مقدمة ومشكلة البحث:

يقول الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم " نعمتان مغبون فهما كثير من الناس الصحة والفراغ" حديث شريف. والفراغ هو ذلك الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من العمل، الدراسة، الواجبات الحياتية.

وتذكر كل من بتول وهالة غالب الناهي (2006) نقلا عن برتبيل (1962) (Briqbill) أن ازدياد أهمية الوقت عند الشباب بصورة عامة دليل على عافية المجتمع ثقافيا وحضاريا كما أن استخدام الأُمثل لوقت الفراغ يعتبر هدفا اجتماعيا لا ينبغي التقليل من شأنه، فالمستقبل لا يضيء إلا لمن يستطيع الانتفاع بأوقات فراغه المتسعة. (بتول وهالة غالب الناهي، 2006، ص231). حيث تكمن أهمية استثمار أوقات الفراغ في تحويلها إلى ترويح يستثمره الفرد في تطوير قدراته وإمكانياته بما يخدم مصالحه، ومصالح مجتمعه في آن واحد. حيث يمكن أن يكون الاستثمار ايجابيا يعني ذاتية الفرد وقدراته الخلافة ويمكن أن يكون سلبيًا يهدر الوقت ويضر بالشخصية الإنسانية بحسب الأساليب المستخدمة لاستثماره.

ويشير بعض الفلاسفة والمربين إلى الفراغ انه حالة الخلو من العمل الذي يهدف إلى كسب الرزق والحفاظ على الحياة بحيث يقوم الفرد بنشاط بناء يختاره لذاته وترجع قيمة أنشطة وقت الفراغ لذاتها لما تحققه من استرخاء وشحن القدرات البشرية واستعادة الشفاء مما يعيد للفرد التوازن النفسي والعقلي وتحقيق الصحة العامة للفرد. (تهاني عبد السلام محمد، 2001، ص202).

وأصبحت تنظر المجتمعات المتقدمة للترويح كأحد مظاهر السلوك الحضاري والنشاط الإنساني الذي يتميز بتحقيق السعادة وتقليل التوتر والصراعات النفسية بل ويؤدي إلى الاسترخاء وهو نشاط يشترك فيف الفرد بمحض إرادته ومن خلاله يحصل على الإشباع الفوري لبعض حاجاته لذلك فقد تزايد الاهتمام به وتعددت مجالاته لمواجهة الزيادة المتنامية لوقت الفراغ في المجتمع المعاصر. (هدى وماهر حسن محمود، 2008، ص115)

وتعتبر الرغبة في الترويح من إحدى الممارسات الدالة على تكوين الإنسان والمرتبطة به، وبمختلف جوانب حياته وأحواله (العمل، العبادة، الصحة، المرض، .. وغيره) ومع تعدد وتنوع المجتمعات والثقافات البشرية فإن الترويح – كغيره من السلوكيات الإنسانية – كسلوك وممارسات ومحتوى وتنظيم، عادة ما يكون خاضعا لعادات المجتمع، ولتنوع الثقافة والمعتقدات السائدة فيه، وذلك كشرط لقبوله من قبل المجتمع والتفاعل معه، وبالتالي فهو يتأثر بما يمكن أن يتأثر به المجتمع بسياقته الثقافية المختلفة (اجتماعياً، اقتصادياً، تربوياً، .. وغيرها).

ويعد الترويج الرياضي من الأنشطة التي لاقت اهتماماً كبيراً من العلماء والباحثين في هذا المجال وذلك لأنه

لا يوجد لون من ألوان النشاط الترويجي يحوز على الاهتمام التلقائي للأفراد، ويستوي على انتباههم أكثر من الأنشطة الرياضية. والترويج الرياضي هو ذلك النوع من الترويج الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية والرياضية كما انه يعد أكثر أنواع الترويج تأثيراً على الجوانب البدنية والفسولوجية للفرد الممارس لأوجهه مناشطه التي تشتمل على الألعاب و الرياضات. (محمد الحمامي، مصطفى عبد العزيز، 2009، ص84).

وتعد مناشط الترويج بالجامعات إحدى الطرق التربوية الهامة لتربية الطلاب إذ تسهم بدور فعال وإيجابي في تحقيق الرسالة التربوية للجامعات وذلك من خلال إشراك المتعلمين في تلك المناشط واستثمار أوقات فراغهم (محمد الحمامي ، مصطفى عبد العزيز، 2009، ص 198) ،

ونظراً لأن الطلبة بالجامعات أو الشباب الجامعي يمثلون الثروة البشرية الحقيقية لأي مجتمع، فمن الواجب أن تمتد إليهم هذه الرعاية والتوجيه من خلال التكوين الأكاديمي، وتوفير المناخ المناسب للاستثمار الجيد لأوقات الفراغ وحسن استغلالها، وممارسة أنشطة الترويج الرياضي التي يفضلونها في هذه الأوقات حتى يمكنهم العمل بشكل فعال بما يخدم مصالحهم، ومصالح مجتمعهم في أن واحد . وهذا ما تطرقت إليه العديد من الدراسات العربية والأجنبية حول ممارسة الأنشطة الرياضية وكذا أوقات الفراغ والنشاط الترويجي المفضل لدى الشباب الجامعي مثل دراسة واطسون وآخرون (Watson & al(1996)، دراسة ثوت (Thout(1995)، دراسة مجدي عبد النبي إسماعيل هلال (1997)، دراسة أمال صلاح عبد الرحيم (2004)، عبد الإله بن أحمد الصلوي (2006)، دراسة عيد محمد كنعان(2007)، دراسة جودة بستان لفته وآخرون (2011) والتي أكدت رغبة كبيرة لدى الطلبة الجامعيين في ممارسة النشاط الترويجي بصفة عامة والترويج الرياضي بصفة خاصة لما له من فوائد بدنية، عقلية، نفسية واجتماعية. رغم وجود العديد من الصعوبات والعراقيل التي تحول دون الممارسة الفعالة للنشاط الترويجي في أوقات الفراغ منها المتعلقة بالجانب الإداري، الإمكانيات والتجهيزات، الجوانب النفسية، الاجتماعية والاقتصادية (المادية).

ومن خلال الزيارات الاستطلاعية لبعض الاقامات الجامعية بولاية مستغانم والاتصال بعينة من الشباب الجامعي لمستغانم ضعف في ممارسة الترويج الرياضي وذلك يرجع إلى عدة عوامل حسب رأيهم سيتم التطرق إليها ضمن البحث، وكان ذلك من بين الإجراءات التي ساعدتنا في تحديد مشكلة البحث والمتمثلة في تحديد معوقات ممارسة الشباب الجامعي للترويج الرياضي في أوقات الفراغ داخل الاقامات الجامعية بولاية مستغانم-الجزائر

وهذا ما جعلنا نطرح التساؤلات التالية:

- ما نسبة الشباب الجامعي ممن لديهم وقت فراغ خلال اليوم الدراسي؟
- هل توجد معوقات مرتبطة بالجانب الإداري على مستوى الاقامات الجامعية؟
- هل توجد معوقات مرتبطة بالإمكانات على مستوى الاقامات الجامعية؟
- هل توجد معوقات شخصية لدى الطالب المقيم بالاقامات الجامعية؟

أهداف البحث:

- إدراك أهمية استغلال أوقات الفراغ لدى الشباب بالاقامات الجامعية.
- توعية الشباب الجامعي بأهمية ممارسة الترويح الرياضي
- معرفة المعوقات التي تنقص من ممارسة الترويح الرياضي في أوقات الفراغ لدى الشباب بالاقامات الجامعية
- إعطاء بعض الاقتراحات والتوصيات التي تساهم في الممارسة الفعالة والايجابية للترويح الرياضي على مستوى الاقامات الجامعية.

الفرضيات:

- نسبة الشباب الجامعي ممن لديهم وقت فراغ خلال اليوم الدراسي عالية
- توجد معوقات مرتبطة بالجانب الإداري على مستوى الاقامات الجامعية
- توجد معوقات مرتبطة بالإمكانات على مستوى الاقامات الجامعية
- توجد معوقات شخصية لدى الطالب المقيم بالاقامات الجامعية

التعريف الإجرائي لمصطلحات البحث:

المعوقات: هي تلك الصعوبات والعراقيل التي تضعف او تحد من الوصول إلى الأهداف المأمولة. وهي تلك العوامل التي تقلل من المشاركة الايجابية في الأنشطة الترويحية.

الترويح الرياضي: هونوع من الترويح ويتضمن في برامجه العديد من النشاطات البدنية والرياضية وقت الفراغ: هوذلك الوقت المتبقي للفرد في اليوم بعد الانتهاء من الأنشطة الضرورية كالدراسة، العمل، الواجبات الحياتية الخاصة.

الشباب الجامعي (الطالب): ذلك الفرد الذي يتابع دراسته في المرحلة الجامعية أو هو ذلك الفرد المسجل للدراسة في الجامعة.

الإقامة الجامعية: هي الأماكن التي يقيم فيها طلبة الجامعات خلال المسار الدراسي.

الدراسات السابقة:

دراسة مجدي عبد النبي إسماعيل هلال (1997): والتي تهدف الى التعرف على وقت الفراغ لدى الطالب

الجامعي ومقترحاتهم لزيادة الإقبال على ممارسة النشاط الرياضي فيه. حيث استخدم المنهج المسحي على عينة قوامها 499 طالبا وطالبة. باستخدام استمارة تفي بالغرض، وأوضحت النتائج المتحصل عليها انه توجد نسبة عالية من وقت الفراغ لدى الطلبة، ومن المقترحات توفير حافز رياضي في صور درجات إضافية، تنسيق الجدول الدراسي بحيث يحتوي على فترات مخصصة لممارسة النشاط الرياضي. (مجدي عبد النبي إسماعيل هلال، 1997، ص265)

دراسة نظمي عودة أبو مصطفى، محمود خليل أبو دف (2001): والتي تهدف إلى التعرف على اتجاهات الطالب الجامعي نحو الترويح، واعتمد الباحثان المنهج المسحي على عينة دراسة قوامها 346 طالبا جامعيًا، (طلبة الصف الرابع) بنسبة 15% من المجتمع الأصلي، حيث استخدم مقياس قياس اتجاهات الطلبة نحو الترويح وبعد المعالجة الإحصائية أوضحت النتائج المتحصل عليها: اتجاهات الطلبة ايجابية نحو ممارسة النشاط الترويحي، تفضيل مزاوله الألعاب الجماعية جاء اتجاه الطلبة ايجابيا، اتجاه الطلبة نحو ضوابط الترويح محايد لعدم وجود الوعي بقضية الترويح بكل مجالاتها.

عبد الإله بن أحمد الصلوي (2006): حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب كليات المعلمين في المملكة العربية السعودية. استخدم الباحث المنهج الوصفي - الدراسات المسحية - لملاءمته لطبيعة الدراسة، من خلال استبانة مكونة من 6 محاور، تمثل محور المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية، بالإمكانات، بالجوانب الشخصية للطلاب، بالجوانب النفسية الاجتماعية، بالجوانب الدراسية للطلاب، المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية على

عينة قوامها 950 طالباً من طلاب كليات المعلمين بالمملكة العربية السعودية حيث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية الجغرافية. ومن النتائج المتحصل عليها:

- المعوقات المرتبطة بالإمكانات والمعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطلاب ، جاءت في المرتبة الأولى
- المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية والمعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية، جاءت في المرتبة الثانية. - المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب والمعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الاجتماعية للطلاب، جاءت في المرتبة الثالثة والأخيرة. (عبد الاله بن احمد الصلوي، 2006)

دراسة عيد محمد كنعان (2007): والتي هدفت إلى معرفة معوقات مشاركة طالبات المرحلة الثانوية بمدارس شمال الأردن في الأنشطة الرياضية المدرسية. واعتمد المنهج الوصفي. على عينة قوامها 14954 طالبة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية وفي ضوء تحليل البيانات التي تم الحصول عليها أظهرت نتائج الدراسة أن معوقات المشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية تقع في مجموعتين؛ شملت المجموعة الأولى المعوقات المرتبطة بكل من الجانب الديني، والتسهيلات والإمكانات الرياضية، والتحصيل الأكاديمي وشملت المجموعة الثانية المعوقات المرتبطة بكل من الجانب النفسي، والاجتماعي، والصحي. (كنعان، 2010)

دراسة جودة بستان لفته وآخرون (2011): التي تهدف إلى معرفة واقع النشاط الرياضي لدى طلبة جامعة البصرة من وجهة نظر مدرسي وطلبة الجامعة وعلى مدى الاستفادة من إعادة درس التربية الرياضية في عموم كليات جامعة البصرة مرة أخرى. وعليه اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي بالأسلوب المسعي لملائمة أهداف البحث وتكونت عينة البحث من مدرسي وطلبة جامعة البصرة للعام الدراسي 2010/2011، المدرسين (240) مدرسا أما عدد الطلبة فقد بلغ (560) طالب وطالبة وتم اختيارهم من المرحلة الأولى وتم استبعاد طلبة كلية التربية الرياضية إذ تعتبر كلية تعني بالأنشطة الرياضية. ومن النتائج المتحصل عليها أن هناك رغبة كبيرة جدا" لدى الطالب الذاتية في ممارسة النشاط الرياضي. وكذلك هناك رغبة كبيرة جدا لدى الطالب والمدرسين من الاستفادة بإعادة درس التربية الرياضية إلى الكليات. (جودة بستان وآخرون، 2011)

دراسة صفوت علي جمعة (2011): والتي تهدف الى اقتراح منهج للترويح واوقات الفراغ لطلاب كلية التربية الرياضية بنين جامعة الاسكندرية في ضوء حاجة سوق العمل حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها 315 فردا من عينة سوق العمل و54 استاذا للسنة الدراسية 2010-2011 ومن النتائج المتوصل اليها: الموضوعات الأساسية للمنهج المقترح هي المدخل في الترويح والترويح في المؤسسات والبرامج

الترويحية والتربية في الخلاء والمعسكرات والتربية الكشفية والسياحة الترويحية والمنشآت والامكانات الترويحية (صفوت جمعة، 2011)

الدراسات الأجنبية

دراسة ثوت (1995)Thout): والتي تهدف إلى فحص مدى تكرار المشاركة في الألعاب الرياضية لدى الطلبة الجامعيين، واستخدام الباحث المنهج الوصفي على عينة من 100 طالب جامعي ودلت النتائج أن 79 % لديهم النية بالاستمرار في ممارسة الرياضة بعد الانتهاء من الدراسة الجامعية ، وأثبتت الدراسة أن العوامل التي تؤدي إلى المشاركة في الرياضة كان من أجل المتعة، كما انه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الطلاب في المشاركة في الرياضات الجماعية أو الرياضات الفردية بعد الانتهاء من الدراسة الجامعية.

دراسة ليونز (1996)Thout) والتي تهدف إلى التعرف على تأثير الأنشطة الرياضية على متغيرات نفسية والتعرف على مدى الاختلاف في الاتجاهات نحو التربية الرياضية قبل وبعد الدراسة، والتعرف على اثر نوع الرياضة على الاتجاهات، واستخدام الباحث المنهج الوصفي على عينة من 112 طالبا وطالبة ودلت النتائج على التمرينات الرياضية لها اثر قوي على اتجاهات الطلبة نحو الأنشطة الرياضية والترفيهية ، وانه لا يوجد تفاعل بين الفصل الدراسي ووقت الممارسة، والمشاركة في بداية الفصل، ونهايته على مقياس الاتجاه نحو الرياضة والترفيه. وانه لا يوجد أثر دال للاتجاهات الأولية للطلبة نحو الرياضات الترفيهية ونوع الرياضة التي يمارسها الطلبة.

دراسة واطسون وآخرون (1996) Watson & al) والتي تهدف إلى التعرف على اتجاهات نحو الترويح ووقت المشاركة في الأنشطة الرياضية والترويحية، واستخدام الباحث المنهج الوصفي على عينة من 1000 طالب من جامعة بوردو ودلت النتائج على أن الطلاب شاركوا في الأنشطة الترفيهية بهدف المنافسة ضد شخص ما الأمر الذي قد ساهم في كسب الاحترام والاستحسان من قبل الآخرين من خلال نجاحهم في المنافسة المعنية، وان اغلب الطلبة يقضون وقتا أكثر في الأنشطة الترويحية.

التعليق على الدراسات:

يتضح من خلال الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع البحث أنها قد تناولت معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية منها المدرسية وأخرى متعلقة بالترويح والترويح الرياضي لدى الطلبة في مرحلة التعليم الجامعي وأخرى حول اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو ممارسة الأنشطة الرياضية والترويح.

واستخدمت هذه الدراسات المنهج الوصفي بالطريقة المسحية وذلك بالاعتماد على الاستمارة الاستبائية

لتحديد المعوقات او الصعوبات التي تحول من الاستفادة من الترويح الرياضي على عدة مستويات منها المرحلة الثانوية، المرحلة الجامعية بالنسبة للطلبة بالنسبة للممارسين وغير الممارسين والمُشرفين .

وتقاربت المحاور الأساسية للدراسات من حيث تحديد المعوقات الأكثر تواجدا ومنها الجانب الإداري والتنظيمي، جانب التجهيزات والأدوات، الجانب الصحي، النفسي والاجتماعي والديني. وكل هذا ساعدنا في إعداد الاستمارة الاستبائية بالشكل المناسب وله علاقة بموضوع البحث.

إجراءات البحث:

منهج البحث: اعتمد المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملاءمته مشكلة البحث .

مجتمع وعينة البحث: حيث يمثل مجتمع الشباب الجامعي المقيم بالاقامات الجامعية لولاية مستغانم (الجزائر) والمقدر عددهم 10464 شأبا جامعييا مقيما للموسم الدراسي 2012/2013.

أما عينة البحث كان قوامها 840 طالبا وتمثل نسبة 8.02% من مجتمع البحث كما هو موضح في الجدول:

الجدول رقم (01) يوضح توزيع عينة البحث حسب الاقامات الجامعية

الرقم	الاقامات الجامعية	العدد
01	إقامة شمومة	210
02	بوعيسى محمد	180
03	بلعربي عبد القادر	190
04	بن يحيى بلقاسم	190
05	سيدي مجدوب	170
المجموع		180

مجالات البحث:

المجال البشري: بلغت عينة البحث 840 شأبا جامعييا من المقيمين بالاقامات الجامعية التابعة لولاية مستغانم -الجزائر.

المجال المكاني: تم توزيع الاستمارات الاستبائية على عينة البحث بالاقامات الجامعية المذكورة سابقا.

المجال الزمني: 10/ 01/2013 الى 25/05/2013

أدوات جمع البيانات: تتمثل في:

- المصادر والمراجع والدراسات السابقة ومواقع الانترنت.

- المقابلات الشخصية

- الاستمارة الاستبائية

خطوات بناء الاستبيان: من اجل تحديد محاول الاستبيان تم الاطلاع على العديد من الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث، إذ تكونت الاستمارة الاستبائية من 4 محاور ومن ثم الاطلاع على العبارات لصياغة العبارات اللازمة وتمت مراعاة سهولة ووضوح العبارات من حيث المضمون. وشملت الاستمارة المحاور التالية:

المحور الأول: وقت الفراغ وممارسة الترويح الرياضي (عدد العبارات 05)

المحور الثاني: الجانب الإداري (عدد العبارات 09)

المحور الثالث: جانب الإمكانيات (عدد العبارات 09)

المحور الرابع: الجانب الشخصي للطالب (عدد العبارات 10)

صدق المحكمين: تم عرض الاستمارة الاستبائية على مجموعة من الخبراء والدكاترة من أصحاب الخبرة والتخصص في مجال علم النفس الرياضي ومجال التربية البدنية والرياضية من اجل الإدلاء بكل آرائهم وملاحظاتهم على مدى صلاحية محاور وعبارات الاستمارة الاستبائية وعلاقتها بموضوع البحث، وعليه تراوحت نسبة المئوية لقبول المحكمين من 93 إلى 100 % وعليه تم إجراء التعديلات بما تتلاءم وعينة البحث والبيئة الجزائرية (ولاية مستغانم – الجزائر)

الوسائل الإحصائية: -النسبة المئوية (%) -معامل السهولة – الاتساق الداخلي -مربع كاي (k2)

عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

أولاً: المحور الأول: وقت الفراغ والنشاط الترويحي.

الجدول رقم (02) يوضح النسب المئوية المرتبطة بوقت الفراغ والرغبة في ممارسة النشاط الترويحي

الرقم	هل لديك وقت فراغ	العدد	النسبة المئوية (%)
01	نعم	620	73.80
02	لا	220	26.19
المجموع			
الرقم	مدة وقت الفراغ	العدد	النسبة المئوية (%)
01	أقل من ساعة واحدة	140	16.66
02	ساعة واحدة	180	21.42
03	ساعتين	220	26.19
04	أكثر من ساعتين	300	35.71
المجموع			
100 840			
الرقم	هل تمارس النشاط الترويحي	العدد	النسبة المئوية (%)
01	نعم	510	60.71
02	لا	330	39.29
المجموع			
100 840			
الرقم	هل لديك الرغبة في ممارسة النشاط الترويحي الرياضي.	العدد	النسبة المئوية (%)
01	نعم	660	78.58
02	لا	180	21.42
المجموع			
100 840			

من خلال الجدول رقم (02) والمتعلق بوقت الفراغ وممارسة النشاط الترويحي كانت النتائج متباينة حيث أكدت نسبة 73.80% من عينة البحث أن لديها وقت فراغ كاف، والذي يتراوح من ساعتين فأكثر في اليوم الدراسي والمقدر بـ 61.90% مقارنة بنسبة 26.19% ممن ليس لديهم وقت الفراغ الكافي والذي هو أقل من ساعة واحدة. أما فيما يخص نسبة ممارسة النشاط الترويحي بصفة عامة بلغت 60.71% أما النسبة المتبقية فقد بلغت 39.29% وهي نسبة لا يستهان بها من عينة البحث، وهذا ما تؤكدته الإجابة الخاصة بالرغبة في ممارسة النشاط الترويحي الرياضي حيث بلغت النسبة 78.58% وهي نسبة كبيرة من الشباب الذين لديهم الرغبة في الممارسة وهذا ما يبين أن للشباب الجامعي فكرة ايجابية عن أهمية وفوائد الترويح الرياضي خاصة بعد فترة الدراسة وهذا ما يتفق مع دراسة ثوت (1995) (Thout)، دراسة مجدي عبد النبي إسماعيل هلال (1997)، دراسة نظمي عودة أبو مصطفى، محمود خليل أبو دف (2001)، دراسة جودة بستان لفته وآخرون (2011) والتي تؤكد رغبة الشباب الجامعي في الممارسة الايجابية

للنشاطات الترويحية ذات الطابع الرياضي.

الجدول رقم (03) يوضح ترتيب الأنشطة الرياضية المرغوب ممارستها لدى الشباب الجامعي في أوقات الفراغ

الترتيب	النسبة المئوية (%)	العدد	نوع النشاط الرياضي	الرقم
07	07.50	180	المشي	01
01	17.25	440	الجري الخفيف	02
11	2.74	70	ركوب الدرجات	03
13	1.96	50	الجمباز	04
02	12.94	330	السياحة	05
16	0.78	20	التنس	06
15	01.17	30	تنس الطاولة	07
08	05.49	140	الشطرنج	08
14	1.50	40	الكرة الحديدية	09
10	04.31	110	كمال الأجسام	10
09	04.30	110	الجيدو	11
12	2.35	60	الكاراتيه	12
03	12.15	310	كرة القدم	13
04	09.41	240	كرة السلة	14
05	08.62	220	كرة اليد	15
06	7.84	200	الكرة الطائرة	16
////////	100	2550	لمجموع	

فيما يخص نتائج الجدول رقم (03) والذي يتعلق بنوع الأنشطة الرياضية التي يرغب الشباب الجامعي ممارستها خلال أوقات الفراغ حيث لوحظ أن ممارسة الجري الخفيف في المرتبة الأولى بنسبة 17.25% ثم السياحة في المرتبة الثانية بنسبة 12.94% ثم الألعاب الجماعية (كرة القدم، كرة السلة، كرة اليد، الكرة الطائرة) على التوالي 12.15%، 09.41%، 08.62%، 7.84% ثم الرغبة في ممارسة المشي بنسبة 07.50%، الشطرنج بنسبة 05.49%، ثم على التوالي الجيدو، كمال الأجسام، ركوب الدراجات، الكاراتيه، الجمباز، الكرة الحديدية، تنس الطاولة وأخيرًا التنس وهذا الترتيب من خلال الأنشطة الرياضية المقترحة التي بالإمكان توفرها داخل الاقامات الجامعية وبالتالي الممارسة الفعالة والايجابية لدى الشباب الجامعي في أوقات الفراغ بعد يوم من العبء الدراسي. ومن الملاحظ حسب وجهة نظر الباحثان أن الأنشطة الرياضية التي احتلت المراتب الأولى هي أنشطة رياضية ذات الطابع المستقل مثل الجري والسباحة المشي وهي أنشطة تساعد على الهدوء والاسترخاء والبعد عن الفوضى، ثم الألعاب الجماعية (كرة القدم، كرة

السلة، كرة اليد، الكرة الطائرة) وهي فرصة الالتقاء والاتصال بالآخرين والتنفيس عن النفس والتخفيف من العبء الدراسي والشعور بالرضا في نطاق ممارستها كأ أنشطة ترويحية وهذا ما يتفق مع دراسة ثوت (1995) (Thout)، دراسة واطسون وآخرون (1996) (Watson & al)، دراسة مجدي عبد النبي إسماعيل هلال (1997)، دراسة نظمي عودة أبو مصطفى، محمود خليل أبو دوف (2001) والتي تشير إلى أن الشباب الجامعي في حاجة إلى ممارسة الأنشطة الرياضية التي يرغب فيها كانت فردية أم جماعية قصد الترويح عن النفس والمتعة بالدرجة الأولى.

ثانيا: عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بمعوقات ممارسة الترويح الرياضي لدى الشباب الجامعي

المحور الثاني : الجانب الإداري

الجدول رقم (04) يوضح نتائج الإجابات المتعلقة بمعوقات ممارسة الترويح الرياضي من الجانب الإداري

الرقم	العبارة	نعم	%	لا	%	الترتيب	كا
11	قلة اهتمام المسؤولين بمتابعة وعلاج المشكلات التي تواجه الطلبة في المجال الرياضي	670	79.76	170	20.24	01	297.6
12	لا تقوم الإدارة والمسؤولين بتطوير الأنشطة الرياضية بشكل مستمر	580	69.04	260	30.96	02	121.9
13	الإدارة لا تعطي الأهمية لأراء الطلبة فيما يخص الأنشطة الترويحية الرياضية	580	69.04	260	30.96	03	
10	نقص الإعلانات الواضحة عن الأنشطة الترويحية يؤدي الى عدم المشاركة فيها	560	66.66	280	33.34	04	93.33
07	ضعف تسيير الإدارة المختصة في النشاط الترويحي داخل الاقامات الجامعية	550	65.47	290	34.63	05	80.47
14	الإدارة مهتمة بالأنشطة التنافسية فقط وهذا ما يعيقني عن ممارسة الترويح الرياضي	470	55.95	370	44.05	06	11.90
09	قلة اهتمام وسائل الإعلام التابع للإدارة بالنشاطات الترويحية داخل الاقامات الجامعية	450	53.57	390	46.43	07	30.47
08	نقص البرامج الخاصة بالترويح الرياضي يمنعني من المشاركة فيها	430	51.19	410	48.81	08	0.47
06	عدم إدراك المسؤولين لأهمية الترويح الرياضي داخل الاقامات الجامعية	390	46.42	450	53.58	09	4.28

من الجدول رقم (04) والذي يوضح بعض المشكلات التي تواجه الشباب الجامعي في ممارسة الترويج الرياضي خلال أوقات الفراغ داخل الإقامة الجامعية والمرتبطة بالجانب الإداري حسب النتائج المتحصل عليها أظهرت أن الإدارة ليس لها فكرة عن أهمية الترويج الرياضي مقارنة بالدورات التنافسية 46.42% وهذا ما أدى بها إلى عدم إعداد برامج خاصة بالترويج الرياضي 51.19% وهذا ما يؤكد عدم وجود الإعلانات والملصقات الخاصة بالبرامج المنتظمة والمبنية على أسس علمية في مجال الترويج الرياضي 53.57% و 66.66% وذلك ما يؤكد اهتمام الإدارة بالدورات التنافسية 55.96% وذلك خاصة في المناسبات الدينية والوطنية فقط، وهذا ما يعيق الشباب الجامعي من استثمار وقت الفراغ لديه في الممارسة الايجابية والفعالة في الأنشطة الرياضية الفردية أو الجماعية مما تعود عليه بالفوائد الصحية والعقلية والنفسية وحى الاجتماعية.

أما باستخدام k2 نلاحظ وجود فراق معنوية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 إذ تبلغ قيمة k2 الجدولية 3.84 وهي اقل من قيمة k2 المحسوبة لجميع عبارات المحور الثاني والمتعلقة بالجانب الإداري على مستوى الاقامات الجامعية لولاية مستغانم - الجزائر- والتي تراوحت بين 4.28 و 297.6 والتي تبين إجابات الطلبة عن وجود صعوبات ومعوقات تقلل وتضعف ممارسة الترويج الرياضي في أوقات الفراغ بعد الانتهاء من اليوم الدراسي والمتمثلة في عدم إدراك المسؤولين لأهمية الترويج الرياضي داخل الاقامات الجامعية وبالتالي عدم وجود برامج خاصة والإعلانات المستمرة حول الترويج الرياضي لفائدة الطلبة. وهذا ما يتفق مع دراسة مجدي عبد النبي إسماعيل هلال (1997) دراسة مجدي عبد النبي إسماعيل هلال (1997)، عبد الإله بن أحمد الصلوي (2006)، دراسة عصمت (2000)، دراسة جودة بستان لفته وآخرون (2011) حيث هذه الدراسات أكدت قلة اهتمام الهيكل التنظيمي للإدارة بإعداد البرامج الخاصة بالأنشطة الترويجية الرياضية لصالح الشباب الجامعي وبالتالي يقلل استثماره الايجابي لوقت الفراغ خاصة بعد الانتهاء من اليوم الدراسي.

المحور الثالث : الإمكانيات المادية والبشرية:

الجدول رقم (05) يوضح نتائج الإجابات المتعلقة بمعوقات ممارسة الترويج الرياضي من حيث الإمكانيات

الرقم	العبارة	نعم	%	لا	%	الترتيب	ك2
23	نقص عدد المشرفين عن الترويج الرياضي داخل الاقامات الجامعية	560	66.66	280	33.34	01	93.33
15	نقص في اللوازم والأدوات المناسبة لممارسة النشاط الترويجي	550	65.47	290	34.63	02	80.47

19	510	60.71	330	39.29	03	38.57	عدم توفر الإقامة على الإسعافات الأولية يعيقني عم ممارسة الترويح الرياضي
16	470	51.19	370	48.81	04	11.90	قلة الملاعب والقاعات الرياضية يعيقني عن ممارسة الترويح الرياضي
18	470	51.19	370	48.81	05	11.90	قلة أماكن الاستحمام بعد الممارسة يعيقني عن ممارسة الترويح الرياضي
21	470	51.19	370	48.81	06	11.90	ضعف الإضاءة الليلية بالملاعب الخارجية يعيقني عن ممارسة الترويح الرياضي
20	380	45.23	460	54.77	07	7.61	صعوبة الحصول على الأدوات الرياضية المناسبة يعيقني عن ممارسة النشاط الترويحي
22	350	41.66	490	58.34	08	23.33	حجز الملاعب للمسابقات التنافسية يقلل من أوقات الاستفادة منها
17	310	36.90	530	63.10	09	57.61	قلة الغرف الخاصة بتبديل الملابس يعيقني عن ممارسة الترويح الرياضي

من الجدول رقم (05) والذي يوضح بعض المشكلات التي تواجه الشباب الجامعي في ممارسة الترويح الرياضي خلال أوقات الفراغ داخل الإقامة الجامعية والمرتبطة بالإمكانات المادية والبشرية حسب النتائج المتحصل عليها أظهرت بالدرجة الأولى قلة الأجهزة والأدوات والملاعب المناسبة للممارسة النشاط الترويحي الرياضي حيث كانت النسب على التوالي 65.47 % 51.19 % ورغم ذلك إلا أنها مقتصرة بالدرجة الكبيرة على المسابقات التنافسية خاصة الألعاب الجماعية 41.66% في غياب مضمار للجري ومسبح، قاعة الجمباز ثم نقص في توفر الإمكانات المرتبطة بالجانب الصحي كأماكن الاستحمام والإسعافات الأولية خلال الممارسة 51.19 % 60.71 % زيادة على عدم وجود غرف لتبديل الملابس 36.90% إلى جانب هذه المشكلات قلة المختصين في المجال الرياضي 66.66% يشرفون على الترويح الرياضي بالإقامات الجامعية مما يضعف المشاركة الفعالة للطلال في الأنشطة الترويحية الرياضية.

أما باستخدام k2 نلاحظ وجود فراق معنوية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 إذ تبلغ قيمة k2 الجدولية 3.84 وهي أقل من قيمة k2 المحسوبة لجميع عبارات المحور الثاني والمتعلقة بالإمكانات المادية والبشرية على مستوى الاقامات الجامعية لولاية مستغانم (الجزائر) والتي تراوحت بين 7.61 و93.33 والتي تبين إجابات الطلبة عن وجود صعوبات ومعوقات تقلل وتضعف ممارسة الترويح الرياضي

في أوقات الفراغ بعد الانتهاء من اليوم الدراسي والمتمثلة في قلة الإمكانيات المادية (الأجهزة والأدوات، الملاعب، القاعات الرياضية، المساح) ومتطلبات الصحة والسلامة فيها، أما البشرية المتمثلة في قلة وجود المختصين في مجال الترويج الرياضي وهذا ما يضعف في ممارسة الترويج الرياضي لدى الشباب الجامعي في غياب التوجيه الصحيح نحو الممارسة الايجابية للترويج الرياضي، وهذا ما يتفق مع دراسة مجدي عبد النبي إسماعيل هلال (1997) دراسة مجدي عبد النبي إسماعيل هلال (1997)، عبد الإله بن أحمد الصلوي (2006)، دراسة جودة بستان لفته وآخرون (2011) حيث هذه الدراسات أكدت قلة الإمكانيات المادية والبشرية على مستوى الاقامات الجامعية لصالح الشباب الجامعي يعيق من استثماره الايجابي لوقت الفراغ خاصة بعد الانتهاء من اليوم الدراسي.

المحور الرابع: الجانب الشخصي:

الجدول رقم (06) يوضح نتائج الإجابات المتعلقة بمعوقات ممارسة الترويج الرياضي من الجانب الشخصي لدى

الشباب الجامعي

الرقم	العبارة	نعم	%	لا	%	الترتيب	كا
26	الشعور بالإجهاد البدني بعد اليوم الدراسي	450	53.57	390	46.43	01	4.28
24	عدم وجود وقت فراغ كاف للممارسة الترويج الرياضي	440	52.38	400	47.62	02	1.90
25	العبء الدراسي يعيقني عن ممارسة الترويج الرياضي	410	48.80	430	51.20	03	0.47
30	قلة الأصدقاء المحبين لممارسة الترويج الرياضي	390	46.42	450	53.58	04	4.28
29	ليس لي ميول لممارسة الترويج الرياضي	380	45.23	460	54.76	05	7.61
33	الخوف من الإصابات الرياضية يمنعني عن ممارسة الترويج الرياضي	330	39.28	510	60.72	06	38.5
28	الرغبة في ممارسة أنشطة ترويحية أخرى «قراءة الصحف، الانترنت، التلفاز...»	310	36.90	530	63.10	07	57.6
27	إن ممارسة الترويج الرياضي يؤثر على التحصيل الدراسي	300	35.71	540	64.71	08	68.57
31	قلة موارد المالية يعيقني عن ممارسة الترويج الرياضي	280	33.33	560	66.64	09	93.33
32	قلة معرفتي لاداء المهارات الخاصة بالأنشطة الرياضية يمنعني من ممارسة الترويج الرياضي	250	29.76	590	70.24	10	137.6

من الجدول رقم (06) والذي يوضح بعض المشكلات التي تواجه الشباب الجامعي في ممارسة الترويح الرياضي خلال أوقات الفراغ داخل الإقامة الجامعية والمرتبطة بالجانب الشخصي والتي تشمل الجانب الأكاديمي، الاقتصادي، النفسي، الاجتماعي حسب النتائج المتحصل عليها أظهرت بالدرجة الأولى عزوف الشباب الجامعي عن الممارسة كان بالدرجة الأولى الجانب الأكاديمي والمرتبطة بالتحصيل الدراسي وما ينتج عنه من الإجهاد البدني والعبء الدراسي وهذا ما يستغله الطالب وقت فراغه في الراحة مثل (النوم، الانترنت ...) حيث كانت النسب على التوالي 53.57% ، 52.38% ، 48.80% ثم جاءت الجوانب الاجتماعية والنفسية متتابعة والتي دلت نتائجها على قلة الأصدقاء المحبين لممارسة الترويح الرياضي بنسبة 46.42% وليس لدى الشباب ميول لممارسة الترويح الرياضي بنسبة 45.23% ، ثم الجانب الصحي وذلك بالخوف من الإصابات الرياضية وكانت لنسبة 39.28% ثم الجانب الاقتصادي للطالب الذي يعيقه من الممارسة بنسبة 33.33%، ضف إلى ذلك منهم من يقول انه ليس لديه المعرفة الكافية لأداء المهارات الخاصة بالأنشطة الرياضية بنسبة 29.76% وهذا الأخير يؤكد قلة المختصين في المجال الرياضي الذين يشرفون على الترويح الرياضي بالاقامات الجامعية مما يعيق المشاركة الفعالة للشباب الجامعي في الأنشطة الترويحية الرياضية والتي من الممكن تعليمهم بعض المهارات الأساسية لبعض الأنشطة الرياضية المرغوب فيها في وجود المختصين.

أما باستخدام $k2$ نلاحظ وجود فراق معنوية دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 إذ تبلغ قيمة $k2$ الجدولية 3.84 وهي اقل من قيمة $k2$ المحسوبة لجميع عبارات المحور الثاني والمتعلقة بالجانب الإداري على مستوى الاقامات الجامعية لولاية مستغانم (الجزائر) والتي تراوحت بين 4.28 و 137.61 والتي تبين إجابات الطلبة عن وجود صعوبات ومعوقات تقلل وتضعف ممارسة الترويح الرياضي في أوقات الفراغ بعد الانتهاء من اليوم الدراسي والمتمثلة في العبء الدراسي والإرهاق البدني أما نفسيا فيتمثل في عدم وجود ميول لممارسة الترويح الرياضي واجتماعيا قلة الأصدقاء المحبين لممارسة الترويح الرياضي وصحيا هو الخوف من الإصابات الرياضية وبالتالي التأثير على التحصيل الدراسي. وهذا ما يتفق مع دراسة النبي إسماعيل هلال (1997) دراسة مجدي عبد النبي إسماعيل هلال (1997) ، عبد الإله بن أحمد الصلوي (2006)، دراسة جودة بستان لفته وآخرون (2011) حيث هذه الدراسات أكدت أن الشباب الجامعي يميل إلى التحصيل الدراسي قبل كل شيء ولكن هذا لا يمنعه من استثمار وقت فراغه في الترويح بصفة عامة والترويح الرياضي بصفة خاصة. وبالتالي من الضروري توعية الطالب الجامعي بأهمية الترويح الرياضية والفوائد الايجابية التي يكتسبها الشباب من وراء ذلك.

الاستنتاجات:

- نسبة الشباب الجامعي ممن لديهم وقت فراغ خلال اليوم الدراسي كبيرة.
- نسبة الشباب الراغب في ممارسة الأنشطة الترويحية بما فيها الترويح الرياضي بعد انتهاء اليوم الدراسي
- توجد معوقات مرتبطة بالجانب الإداري على مستوى الاقامات الجامعية.
- توجد معوقات مرتبطة بالإمكانات على مستوى الاقامات الجامعية.
- توجد معوقات شخصية لدى الطالب المقيم بالاقامات الجامعية.

التوصيات:

- بعث الوعي بين الشباب الجامعي حول أهمية الترويح والترويح الرياضي في أوقات الفراغ.
- إدراك الإدارة لأهمية الترويح والترويح الرياضي في أوقات الفراغ لصالح الشباب الجامعي خاصة على مستوى الاقامات الجامعية
- توفير الإمكانيات المادية (الأجهزة والأدوات، الملاعب والقاعات) لممارسة الترويح الرياضي.
- توفير المختصين في مجال الترويح الرياضي من اجل التوجيه نحو الممارسة الايجابية للترويح الرياضي.
- إعداد البرامج الخاصة بالترويح الرياضي على مستوى الاقامات الجامعية.
- المشاركة الفعالة الإعلام والإعلان عن البرامج الخاصة بالترويح الرياضي.
- إجراء بحوث حول أوقات الفراغ والترويح الرياضي لكافة الفئات العمرية.

المصادر والمراجع:

1. - امطانيوس مختايل. (2009). القياس والتقييم في التربية الحديثة. سوريا: منشورات جامعة دمشق.
2. - بتول و هالة غالب الناهي. (2006). نشاطات اوقات الفراغ لدى الشباب الجامعي - معوقات ممارستها. بحث منشور، مجلة اداب البصرة - العدد 40 ،
3. - تهاني عبد السلام محمد. (2001). الترويح والتربية الترويحية. القاهرة: دار الفكر العربي.
4. - جودة بستان لفته واخرون. (2011). واقع النشاط الرياضي لدى طلبة جامعة البصرة من وجهة نظر مدرسي وطلبة الجامعة. بحث منشور، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد 11، العدد 03.
5. - صفوت علي جمعة علي. (2011). منهج مقترح للترويح واوقات الفراغ لطلاب كلية التربية الرياضية بنين بجامعة الاسكندرية في ضوء حاجة سوق العمل. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنين - جامعة الاسكندرية.
6. - عبد الاله بن احمد الصلوي. (2006). معوقات ممارسة الانشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب كليات المعلمين بالسعودية. ماجستير الاداب في التربية البدنية، كلية التربية - جامعة الملك سعود
7. - عيد محمد كنعان. (2010). معوقات مشاركة طالبات شمال الاردن في الانشطة الرياضية المدرسية. بحث منشور، مجلة جامعة دمشق - المجلد 26 - العدد 04.
8. - فؤاد البهي السيد. (2006). علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري. القاهرة: دار الفكر العربي.
9. - مجدي عبد النبي اسماعيل هلال. (1997). وقت الفراغ لدى الطالب الجامعي ومقترحاتهم لزيادة الاقبال على ممارسة النشاط الرياضي. بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة العدد 32 - جامعة حلوان
10. - محمد محمد الحمادي ، مصطفى عايده عبد العزيز. (2009). الترويح بين النظرية والتطبيق ط6. القاهرة: مركز الكتاب والنشر.
11. - هدى وماهر حسن محمود محمد. (2008). الترويح واهميته في التوافق النفسي والاجتماعي لمتحدي الاعاقة الذهنية. الاسكندرية: دار الوفاء لندنيا للطباعة والنشر.